

شخصيتك من طريقة نومك



«قد يكون الأمر صحيحاً وقد لا يكون.. لكن جرب فقد لا نخسر شيئاً»..

أعرف شخصيتك من طريقة نومك:

إنَّ كلَّ وضع للنائم قد يدل على نفسية صاحبه، كما يبرز جزء من شخصيته:

- إذا كنت تفضل النوم على أحد الجانبين مع وضع الذراعين على الرأس أو الوجه وثنى الركبتين. فهذا دليل على أنَّك إنسان هادئ تخاف من المستقبل، ومتردد في قراراتك..
- إذا كنت تفضل النوم على الجانب الأيمن أو الأيسر مع ثني الركبتين واقترابهما من الذراعين وهما ما يسمى "بنوم القرفصاء". فهذا دليل على أنَّك إنسان خائف، لا تشعر بالأمان ولا تثق في الناس سريعاً..
- النوم على الوجه والبطن مع فرد الذراعين أعلى الرأس. فهذا دليل على أنَّك إنسان رافض لوضع معين. أو لطروف معينة تمرُّ بها. فتجعلك متقلباً غير مستقر.
- النوم على الوجه والبطن مع عقد الذراعين تحت الوجه..

فهذا دليل على أن صاحب لا يثق في نفسه. يفكر كثيراً ولا يعمل لا القليل..

النوم على الظهر مع فرد الذراعين مستقيمتين مع الجسم.

فهذا دليل على أن صاحب هذا الوضع إنسان طموح جاد. يحب الحياة ويخشها في نفس الوقت. ولكنه يعتز بنفسه ويثق بها.

النوم على الظهر مع وضع الذراعين أسفل الرأس..

فهذا يدل على أن صاحب مفكر متعقل للأمور. يحب الحياة أكثر من اللازم. ويضحى من أجل الغير في معظم الأحيان.

النوم على الظهر مع رفع الذراعين بجانب الرأس.

فهذا دليل على قوة الشخصية لصاحب هذا الوضع. كما يمكن أن يعتبر دليلاً على الغرور.

النوم على الظهر مع ثني الركبتين ورفع الذراع نحو الرأس وامتداد الأخرى نحو الجسد..

فهذا يدل على أن صاحب لا يعبأ بشيء..

النوم على الظهر ووضع الذراعين أو إحداهما على الصدر.

هذا يدل على أن صاحب متحفظ هادئ.

طريقة الجلوس:

كشف أخصائيان نفسيان واجتماعيان أستراليان، طريقة جلوسنا على المقاعد تعكس الكثير عن شخصيتنا وأحوالنا النفسية والعصبية.

الجلوس على حافة الكرسي:

أنت متوتر، قلق، لا تستطيع جمع شتات أفكارك، وربما تكون غاضباً أيضاً لأنك لا تُعبر براحةٍ عن أفكارك وما تحس به.

الجلسة المسترخية:

وهي عندما تغوص في المقعد، وهي جلسة غير رسمية، وتدل على أنك في حالةٍ نفسيةٍ مسترخيةٍ للغاية، وربما تدل على ثقتك الزائدة بنفسك.

التمدد أو الجلسة المنبسطة:

أنت شخصيٌّ جداً ومتفرد ذاتيٌّ في التعبير عن نفسك، بل فخور بما تقوم به، حالتك النفسية هنا تعلن أنك تحترم شروطك التي تضعها لنفسك في كل تعاملاتك.

• جلسة الساقين الملتفّتين:

هذه الجلسة تعكس حالتك الرومانسية وربما تعيش حالة حب، أنت أيضاً تفكر وتتعامل بحدسك أكثر من استخدام قدراتك الذهنية.

• جلسة الظهر المستقيم:

أنت حاسم، دقيق الملاحظة، يمكنك أن تقدم تضحياتٍ مختلفة شرط أن يعترف من حولك بمزاياك هذه.

• الجلسة المائلة:

هذه الجلسة تفصح حبك للمغامرة والتحدي وخوض الأخطار، لا ترضى بالسهل وتحب التفوق دائماً.

• جلسة الساقين المتعاكستين:

في حالة شكٍّ وكأنتك مستعد لإعادة اكتشاف الأشياء من حولك، حساس أيضاً ومتأهب لقول الكلمة المناسبة في الوقت المناسب.

• جلسة القدمين الثابتتين:

إذا جلست وقدماك ثابتتان بشكلٍ مستقيمٍ وصلبٍ فوق الأرض فأنت صاحب شخصيةٍ مستقلةٍ، وتشعر في هذه الجلسة بأنك عمليٌّ ومنظَّم.

• جلسة القدمين المتباعدتين:

إذا أخذت هذه الجلسة وجعلت ظهر الكرسي للأمام وامتطيت مقعدها وكأنتك تمتطي حصاناً فهذا يعكس قوتك وسيطرتك ورغبتك القوية في الهيمنة.

• جلسة الساقين المرتدتين:

وهي عندما تحرّك ساقيك بشيءٍ من التوتر والعنف أو تبدل من حركتهما بين لحظةٍ وأخرى، وهي تدل على أنك عمليٌّ ومكافح وصاحب مشاريع مستمرة، كما تعكس ضيقك السريع وعدم تحملك وافتقارك للصبر إذا لم تمر الأمور بسرعةٍ وكما ترغب. ►

المصدر: كتاب أعرف شخصيتك (الطرق التي يمكنك أن تفهم بها شخصيتك وشخصية الآخرين)